



- ◆ Trabajo realizado por el equipo de la Biblioteca Digital de la Fundación Universitaria San Pablo-CEU
- ◆ Me comprometo a utilizar esta copia privada sin finalidad lucrativa, para fines de investigación y docencia, de acuerdo con el art. 37 del T.R.L.P.I. (Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual del 12 abril 1996)

**Tabla 16-3 Aspectos del bienestar utilizados en la escala de Ryff**

**Autoaceptación**

*Alto puntaje:* actitud positiva hacia sí mismo; reconoce y acepta múltiples aspectos del yo, incluidos los buenos y los malos; sentimientos positivos frente a la vida pasada.

*Bajo puntaje:* insatisfecho consigo mismo; está en desacuerdo con lo ocurrido en la vida pasada; tiene dificultades con ciertas cualidades personales, desea ser diferente [de lo] que él o ella es.

**Relaciones positivas con los demás**

*Alto puntaje:* relaciones cálidas, satisfactorias y de confianza con los demás; se preocupa por el bienestar de los demás; [es] capaz de lograr fuerte empatía, afecto e intimidad; da y recibe comprensión de las relaciones humanas.

*Bajo puntaje:* relaciones no muy cercanas y de desconfianza con los demás; se le dificulta ser cálido, abierto y preocupado por los demás; se muestra aislado y frustrado en las relaciones interpersonales; [es] poco dispuesto a comprometerse en mantener vínculos importantes con los demás.

**Autonomía**

*Alto puntaje:* autodeterminante e independiente; [es] capaz de resistir las presiones sociales para pensar y actuar de cierta manera; regula el comportamiento interior; se evalúa a sí mismo mediante estándares personales.

*Bajo puntaje:* se preocupa por las expectativas y evaluaciones de los demás; confía en los juicios de los demás para tomar decisiones importantes; se adapta a las presiones sociales para pensar y actuar de cierta manera.

**Dominio del entorno**

*Alto puntaje:* sentido del dominio y competencia para manejar su entorno; controla la distribución compleja de las actividades externas; hace uso efectivo de las oportunidades que lo rodean; [es] capaz de elegir o crear contextos que concuerdan con las necesidades y los valores.

*Bajo puntaje:* tiene dificultad para manejar los asuntos diarios; se siente incapaz de cambiar o mejorar el contexto que lo rodea; no es consciente de las oportunidades que lo rodean; carece de sentido de control sobre el mundo externo.

**Propósito en la vida**

*Alto puntaje:* tiene metas en la vida y sentido de orientación; siente que la vida pasada y la presente tienen significado; mantiene creencias que dan sentido a su vida; tiene metas y objetivos vitales.

*Bajo puntaje:* no da sentido a la vida; tiene pocas metas u objetivos, carece de sentido de orientación; no ve propósito en la vida pasada; no tiene perspectivas ni creencias que den significado a la vida.

**Crecimiento personal**

*Alto puntaje:* sentimiento de desarrollo continuo; ve el yo en crecimiento y expansión; está abierto a nuevas experiencias; siente que realizará su potencial; ve progresos en el yo y el comportamiento; tiene cambios que reflejan un mayor conocimiento de sí mismo y de la efectividad.

*Bajo puntaje:* sentimiento de estancamiento personal; carece del sentido de progreso o expansión con el tiempo; se siente aburrido y desinteresado de la vida; incapaz de desarrollar nuevas actitudes o comportamientos.

*Fuente:* Adaptado de Keyes y Ryff, 1999, tabla 1, p. 163.

Los estudios también examinaron las influencias del género y la clase. En general, el bienestar de hombres y mujeres fue bastante semejante, pero las mujeres tenían relaciones sociales más positivas. El bienestar fue mayor para hombres y mujeres que tenían mayor grado de educación y mejores trabajos (Ryff y Singer, 1998).

En la actualidad, el trabajo pago, visto durante mucho tiempo como aspecto importante de bienestar para los hombres, también está reconocido como fuente de bienestar para las mujeres pues les proporciona sentido de independencia y competencia distinta de la de los deberes familiares. A pesar del potencial de estrés, muchas mujeres de edad adulta intermedia parecen florecer más cuando tienen múltiples papeles (Antonucci y Akiyama, 1997; Barnett, 1997).

**¿Es la edad adulta intermedia el mejor momento de la vida de la mujer?**

Para muchas mujeres como Madeleine Albright, la última época de la edad adulta intermedia puede ser la mejor de la vida, como lo mostraron los primeros estudios de crisis normativa para hombres. En una muestra transversal de casi 700 alumnas del Mills College, entre 26 y 80 años, las que llegaban a los 50 años con mucha

frecuencia definían su vida como “de primera clase” (Mitchell y Helson, 1990). Eran suficientemente jóvenes para tener buena salud y suficientemente mayores para haber criado a sus hijos y tener seguridad financiera. La vida en el hogar era más sencilla. La energía dedicada a la crianza de los niños se centraba ahora en los compañeros, el trabajo, la comunidad o en sí mismas. Tendían a ser cariñosas con los demás, a mostrar generatividad. Habían desarrollado mayor confianza, compromiso, seguridad y afianzamiento de la personalidad.

Del mismo modo, la mayoría de las mujeres del estudio longitudinal de Ravenna Helson entre las graduadas de Mills reveló que el tiempo de mayor agitación se presentaba a los 40 años, pero al llegar a los 50 años afirmaron que su calidad de vida era muy buena. Tenían más confianza en sí mismas, eran independientes, firmes, autoafirmativas y menos autocríticas que durante las primeras épocas de la vida. Se sentían mejor consigo mismas, en parte porque seguían sus propios estándares (Helson y Wink, 1992; véase tabla 16-4). Aunque entre los 40 y los 42 años estas mujeres habían tenido conciencia clara del reloj social, al llegar a los 50 no se preocuparon más por satisfacer expectativas externas (Helson, 1997; Helson y McCabe, 1993).

**Tabla 16-4 Selección de sentimientos acerca de la vida, reportados por mujeres que llegaban a los 50 años**

	Se cumple más ahora que a los 40 años	Se cumple menos ahora que a los 40 años
<i>Cuestionamiento y perturbación de la identidad:</i>		
Excitación, preocupación por mis impulsos y mi potencial	21	56
Búsqueda del sentido de quién soy	28	47
Ansiosa porque no desarrollaré mi potencial	25	47
Llegar cerca del final de un camino y no encontrar otro	27	45
<i>Seguridad de estatus:</i>		
Sentimientos fijos	78	11
Influencia de mi comunidad o campo de interés	63	24
Nuevo nivel de productividad	70	11
Sentimiento selectivo de lo que soy	91	2
Sentido de ser mi propia persona	90	3
<i>Amplitud y complejidad cognitiva:</i>		
Mezcla de sentimientos y racionalidad en las decisiones	76	1
Descubrimiento de patrones más amplios de significado y relación	72	7
Apreciación de mi complejidad	69	10
Descubrimiento de nuevas partes de mí misma	72	11
<i>Orientación hacia el presente y no hacia el futuro:</i>		
Enfoque en la realidad: satisfacción de las necesidades diarias y no mostrar emoción frente a éstas	76	6
Más satisfecha con lo que tengo; menos preocupada por lo que no conseguire	76	11
Sentir la importancia de que el tiempo pasa	76	10
<i>Ajuste y uniformidad relacional:</i>		
Sentimiento de seguridad y compromiso	71	12
Sentimiento de que mi vida marcha bien	74	15
Sentimiento optimista acerca del futuro	58	20
Nuevo nivel de intimidad	53	30
Realizar trabajos para los demás y luego sentirse explotada	14	56
Sentirme muy sola	26	45
Sentimiento de competencia con otras mujeres	7	63
Sentir ira contra los hombres y la masculinidad	14	52
<i>Conciencia de envejecimiento y reducción de la vitalidad:</i>		
Apariencia envejecida	70	15
Ser tratada como una persona anciana	64	14
Reducir la intensidad de mis actividades	44	26
Preferencia por una vida social activa	27	52
Estar muy interesada en el sexo	19	64

Nota: Las mujeres juzgaron si cada aspecto se les podía aplicar más ahora que cuando cumplieron 40 años, era menos aplicable ahora que entonces o igual.

Fuente: Helson y Wink, 1992.

En concordancia con la teoría de Jung, el mayor bienestar de las mujeres puede ser el resultado de una revisión de la crisis de la edad adulta intermedia que conduce a la búsqueda de aspiraciones dejadas a un lado. En un estudio longitudinal del curso de 1964 del Radcliffe College, las consecuencias de la revisión de la edad adulta intermedia parecían más sustanciales para las mujeres que deseaban haber explorado más opciones educativas y laborales antes de asumir los papeles familiares tradicionales. Cerca de dos terceras partes de las mujeres del curso experimentaron cambios importantes de la vida entre los 37 y los 43 años. Las mujeres que tuvieron dificultades en la edad adulta intermedia, pero cambiaron su vida tenían mayor bienestar y mejor ajuste psicológico al final de los 40 años que quienes tuvieron dificultades pero *no* hicieron los cambios esperados (Stewart y Ostrove, 1998; Stewart y Vandewater, 1999).

Las mujeres que habían cursado educación superior en estos estudios no son representativas de la población. Además, los cambios que experimentaban no necesariamente eran cambios relacionados con la madurez, pues éstos ocurrirían sin importar la clase, la cohorte ni la cultura. En estos estudios las mujeres eran miembros de la primera generación de mujeres de clase media estadounidense que experimentaba un cambio entre los papeles femeninos tradicionales y no tradicionales. Socializadas para ser amas de casa y mamás, maduraron en una época en que gran número de mujeres empezó a aprovechar la ampliación de las oportunidades educativas y profesionales. Su patrón en la edad adulta intermedia no era característico de la generación de sus madres, que aceptaban el papel tradicional de la mujer (Stewart y Ostrove, 1998; Stewart y Vandewater, 1999). Este patrón no puede aplicarse a las cohortes más recientes que han comenzado a estudiar carreras más temprano, y aplazan la maternidad, ni a las mujeres de otros grupos socioeconómicos (Stewart y Ostrove, 1998; Stewart y Vandewater, 1999).

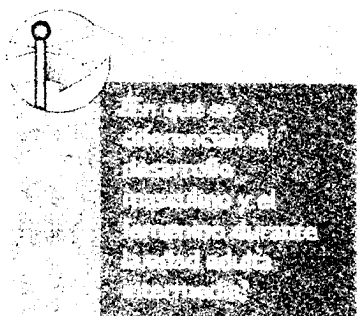
## Identidad de género

Entre los aspectos más estudiados sobre la personalidad, en la teoría y en la investigación, están los relacionados con el género. En muchos estudios realizados durante los años de 1960, 1970 y 1980, los hombres de edad adulta intermedia fueron más abiertos acerca de sus sentimientos, más interesados en las relaciones íntimas y más cariñosos (características tradicionalmente rotuladas como femeninas) que en edades más tempranas, mientras las mujeres de edad adulta intermedia eran más dogmáticas, autoconfidentes y se orientaban hacia los logros (características tradicionalmente marcadas como masculinas) (Cooper y Gutmann, 1987; Cytrynbaun *et al.*, 1980; Helson y Moane, 1987; Huyck, 1990; Neugarten, 1968).

Algunos científicos sociales atribuyen este desarrollo a cambios hormonales en la edad adulta intermedia (Rossi, 1980). Jung lo juzgó como parte de los procesos de individualización o equilibrio de la personalidad. El psicólogo David Gutmann (1975, 1977, 1985, 1987) ofrece una explicación que va más allá de la de Jung.

Según Gutmann, los papeles de género tradicionales evolucionaron para garantizar la seguridad y el bienestar de los hijos en crecimiento. La madre debe ser la cuidadora, el padre el proveedor. Terminada la crianza activa, no hay un equilibrio sino una **inversión de papeles de género**: los hombres, libres para explorar su lado "femenino" represado, se tornan más pasivos; las mujeres son más dominantes e independientes.

Estos cambios pueden haber sido normativos en las sociedades agrícolas sin escritura estudiadas por Gutmann, las cuales tenían muy distintos papeles de género, pero no son necesariamente universales (Franz, 1997). En la sociedad actual de los Estados Unidos, los papeles masculinos y femeninos son cada vez menos distintos. Las mujeres dedican cada vez más tiempo al trabajo pago y menos al trabajo del hogar que en el pasado, lo cual se invierte en el caso de los hombres (Verbrugge, Gruber-Baldini y Fozard, 1996). En una época en que la mayoría de las mujeres jóvenes combinan el empleo con la crianza de niños, cuando muchos hombres toman parte activa en la crianza y cuando tener hijos quizá no sea reali-



### inversión de papeles de género

En la terminología de Gutmann, inversión de los papeles masculinos y femeninos después de finalizar la crianza activa.

dad hasta la edad adulta intermedia, la inversión de papeles de género en esta edad parece menos probable. Incluso se ha puesto en duda el uso de los términos "masculino" y "femenino" para describir los rasgos de personalidad correspondientes a "dominante" y "sumiso" (Antonucci y Akiyama, 1997; James y Lewkowicz, 1997).

¿Qué tanto funciona entonces la teoría de "inversión de papeles de género" de Gutmann? En estudios como los citados, que han encontrado "masculinización" creciente de las mujeres y "feminización" de los hombres en la edad adulta, la dimensión y el patrón de cambio varían. Uno de los factores de estas variaciones puede ser la metodología. Algunos estudios (incluido el de Gutmann) han empleado instrumentos que miden valores, metas, intereses o motivaciones (por ejemplo, la prioridad que hombres y mujeres dan a la carrera y a la familia); otros han medido rasgos de personalidad como competitividad ("masculina") y sumisión ("femenina"). Algunos estudios son longitudinales y otros son transversales. La mayoría no tiene en cuenta las posibles diferencias de cohorte (Parker y Aldwin, 1997).

Un análisis secuencial de datos de dos estudios longitudinales que siguieron a hombres y mujeres bien educados, en su mayoría de 20, 30 y 40 años, durante más de dos décadas (1969-1991) fue diseñado para estudiar estos aspectos metodológicos (Parker y Aldwin, 1997). Los estudios utilizaron mediciones de la personalidad y medidas orientadas hacia los valores.

Las medidas de la personalidad mostraron cambios relacionados con la edad: hombres y mujeres fueron crecientemente "masculinos" (o decrecientemente "femeninos") durante la década de sus 20 años. Sin embargo, esta tendencia se niveló hacia los 40 años. Contrario al modelo de Gutmann, *no* hubo inversión de papeles de género ni evidencia de incremento de la androginia (remítase al capítulo 8) en cohortes sucesivas. A pesar de la edad o la cohorte, los hombres permanecieron más "masculinos" que las mujeres.

Las medidas orientadas a los valores mostraron que aquello que en principio parecían ser cambios eran diferencias de cohorte; por ejemplo, hombres y mujeres de una cohorte eran menos orientados hacia la familia y más orientados hacia la carrera entre los 20 y los 30 años (1969-1979), y luego más orientados hacia la familia entre los 30 y los 40 años (1979-1991). Sin embargo, esto quizá no haya sido un cambio del desarrollo puesto que una cohorte más joven, que tenía 20 años durante el segundo periodo (los años de 1980), siguió el mismo desplazamiento —de la carrera a la familia— durante esa época a medida que la cohorte envejecía, pero a una edad más temprana. Así, el cambio de valores se debía probablemente a influencias socioculturales o históricas que afectaban a ambas cohortes al mismo tiempo.

La condición socioeconómica puede influir en la diferencia. En un estudio longitudinal de 12 años orientado hacia los valores durante los años de 1970, los investigadores entrevistaban periódicamente a 216 jóvenes y personas de edad adulta intermedia, en su mayoría blancos de clase obrera o clase media, acerca de sus necesidades de poder y afiliación (intimidad). Conforme a los estándares convencionales, las mujeres de todas las edades mostraron mayor necesidad de afiliación que los hombres; aunque la necesidad de los hombres se incrementó a medida que envejecían, permanecieron centrados en el poder, como siempre. Las mujeres más jóvenes, que estaban llegando a los 60 años al final del estudio, mostraron una necesidad de poder creciente; los hombres más jóvenes mostraron más preocupaciones de afiliación que los hombres ancianos pero, como en el estudio de Parker-Aldwin, esto parece haber sido efectos de cohorte no relacionados con el final de la crianza activa (James y Lewkowicz, 1997).

Un estudio orientado hacia la personalidad, que mostró cambios opuestos en hombres y mujeres, fue el estudio longitudinal de Mills. Entre el comienzo y el final de la crianza activa, las mujeres de Mills incrementaron más que sus compañeros masculinos la competencia, la confianza y la independencia, mientras los hombres incrementaron más los rasgos de afiliación. Las mujeres cambiaron más radicalmente que los hombres, quizás porque la vida de las mujeres en los Estados Unidos cambió más que la de los hombres entre los años de 1970 y los de 1990 cuando los hijos de

Considere lo siguiente...

## EVALUACIÓN

¿Puede usted...

- ✓ analizar la relación entre generatividad, salud mental y bienestar?
- ✓ explicar la importancia de una medición multifacética del bienestar, y enumerar o describir las seis dimensiones del modelo de Ryff?
- ✓ explicar cómo el bienestar puede afectar la revisión en la edad adulta intermedia?
- ✓ comparar los conceptos de Jung y Gutmann respecto de los cambios en la identidad de género en la edad adulta intermedia y evaluar su soporte investigativo?

estas parejas estaban creciendo (Helson, 1997). Sin embargo, estos cambios no explican una inversión de papeles de género. De acuerdo con el punto de vista de Jung, la más elevada calidad de vida de las mujeres a los 50 años estaba asociada a un *equilibrio* entre la autonomía y la participación en una relación íntima (Helson, 1993).

Para ampliar la comprensión del cambio y la continuidad en las personalidades y las actitudes de hombres y mujeres en la edad adulta intermedia, es indudable que se requiere más investigación que emplee métodos sofisticados y muestras diversas. Dos aspectos parecen estar claros: 1) el desarrollo de la identidad de género durante la edad adulta es mucho más complejo que una simple inversión de papeles de género y 2) las influencias de la cohorte y la cultura, así como de la vida individual, deben tenerse en cuenta.

## Cambios en las relaciones durante la edad adulta intermedia


En la actualidad, es difícil generalizar sobre el significado de las relaciones en la edad adulta intermedia no sólo porque ese periodo cubre un cuarto de siglo de desarrollo, sino porque también implica una mayor diversidad de trayectorias de vidas que antes. Una persona de 45 años puede estar casada felizmente y criar hijos; otra puede estar contemplando la posibilidad de contraer o matrimonio o, como Madeleine Albright, a las puertas del divorcio. Una persona de 60 años puede tener una gran red de amigos, parientes y colegas; otra quizá no tenga parientes vivos conocidos y sólo unas pocas relaciones íntimas. Para la mayoría de las personas de edad adulta intermedia, las relaciones con los demás son muy importantes, aunque quizá no de la misma manera que en épocas más tempranas de la vida.

### Teorías de contacto social

Según la **teoría de la caravana social**, las personas avanzan en la vida rodeadas por *caravanas sociales*: círculos de amigos cercanos y miembros de la familia en los que pueden buscar ayuda, bienestar y apoyo social, y a quienes a su vez ofrecen cuidados, interés y apoyo (Antonucci y Akiyama, 1997; Kahn y Antonucci, 1980). Aunque en general las caravanas muestran estabilidad a largo plazo, su composición puede cambiar. En cierta época los vínculos con los hermanos pueden ser muy significativos; en otra, los vínculos con los amigos (Paul, 1997).

En cierto estudio, personas de diversas edades, entre 8 y 93 años, identificaron tres círculos concéntricos de caravanas sociales cuyo círculo interior contenía las personas más cercanas y más importantes para ellos: el cónyuge, los hijos y los padres. Las personas de edad adulta intermedia que respondieron la encuesta tenían caravanas más amplias, casi 10 a 12 personas en promedio, que disminuían ligeramente después de cumplir 50 años (una tendencia que, como se observará en el capítulo 18, continúa durante la vejez). Las caravanas de mujeres, en especial el círculo íntimo, eran mayores que los de los hombres (Antonucci y Akiyama, 1997).

La **teoría de selectividad socioemocional** de Laura Carstensen (1991, 1995, 1996) ofrece una perspectiva sobre el papel de las caravanas sociales durante el ciclo vital. Según Carstensen, la interacción social tiene tres objetivos principales: 1) fuente de información, 2) ayuda a que las personas desarrollen y mantengan el sentido de sí mismas y 3) fuente de placer y comodidad o bienestar emocional. En la infancia, la necesidad de apoyo emocional es máxima. De la niñez a la edad adulta temprana, la búsqueda de información ocupa el primer plano. A medida que las personas jóvenes se esfuerzan por aprender sobre su sociedad y el lugar que ocupan en ésta, los extraños pueden ser la mejor fuente de conocimiento. Para la edad adulta intermedia, son más eficientes otros métodos de recolección de información (como la lectura), y de nuevo se torna importante la función reguladora de la emoción de los contactos sociales. Las personas son más selectivas en estos contactos y dedican tiempo a sus "caravanas sociales": personas con quienes puede contarse en época de necesidad.



¿Qué papel cumplen las relaciones sociales en la vida de las personas de edad adulta intermedia?

### teoría de la caravana social

Teoría de envejecimiento propuesta por Kahn y Antonucci, la cual sostiene que las personas avanzan en la vida rodeados por círculos concéntricos de relaciones íntimas de grado y cercanía variable, en las que pueden buscar ayuda, bienestar y apoyo social.

### teoría de selectividad socioemocional

Teoría propuesta por Carstensen, según la cual las personas seleccionan contactos sociales durante la vida basadas en la importancia relativa variable de la interacción social como fuente de información, ayuda para el desarrollo y mantenimiento del autoconcepto, y fuente de bienestar emocional.

## Relaciones y calidad de vida

A su edad, la mayoría de los ancianos y personas de edad adulta intermedia son optimistas sobre la calidad de vida, según una encuesta realizada por correo entre 1,384 adultos en edades de 45 años y más (NFO Research, Inc., 1999). Aunque creen que las relaciones sexuales son importantes para la calidad de vida, afirman que las relaciones sociales son aún más importantes. Casi 9 de cada 10 hombres y mujeres afirman que una buena relación con el cónyuge o compañero es importante para la calidad de vida, así como los vínculos estrechos con familiares y amigos.

Al igual que en la edad adulta temprana, las relaciones parecen beneficiosas para la salud física y mental. En un estudio longitudinal de 32,624 hombres estadounidenses saludables entre 42 y 77 años, los hombres aislados socialmente —quienes no se habían casado, tenían menos de seis amigos y parientes, y no pertenecían a grupos religiosos o comunitarios— tenían más probabilidad de morir de enfermedades cardiovasculares, accidentes o suicidios durante los años siguientes que aquellos cuyas redes sociales eran más amplias (Kawachi *et al.*, 1996).

Por otra parte, las relaciones en la edad adulta intermedia también presentan exigencias que pueden ser estresantes y restrictivas. Estas demandas y sus repercusiones psicológicas tienden a recaer con más fuerza en las mujeres. El sentido de responsabilidad y la preocupación por los demás puede perjudicar el bienestar de una mujer cuando los problemas o los fracasos afectan a su compañero, hijo, a sus padres, amigos o colegas de trabajo. Este estrés “vicario” puede ayudar a explicar por qué las mujeres de edad adulta intermedia son tan susceptibles a la depresión y otros problemas de salud mental y por qué tienden a sentirse menos satisfechas con sus matrimonios que los hombres (Antonucci y Akiyama, 1997; Thomas, 1997).

Al estudiar las relaciones sociales en la edad adulta intermedia, es necesario tener en cuenta que sus efectos pueden ser positivos o negativos y que “más” no necesariamente significa “mejor”; lo que cuenta es la calidad de una relación y el bienestar que produce, atributos que pueden cambiar de vez en cuando (Paul, 1997).

En las secciones restantes de este capítulo, se examinará el desarrollo de las relaciones íntimas durante los años de la edad adulta intermedia. Primero se estudiarán las relaciones entre cónyuges, compañeros homosexuales y amigos; luego los vínculos con los hijos en proceso de madurez y después los vínculos con los padres ancianos, hermanos y nietos.

## EVALUACIÓN

¿Puede usted...

- ✓ resumir dos modelos teóricos de la selección de contactos sociales?

## Considere lo siguiente...

- De acuerdo con su propia experiencia y la de personas que usted conoce bien, ¿cuál de las dos teorías, el modelo de la caravana social o la teoría de selectividad socioemocional, le parece más acertada?

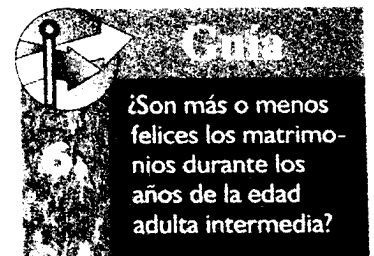
## Relaciones consensuales

Los matrimonios, las uniones homosexuales y las amistades implican dos personas de la misma generación e incluyen elección mutua. ¿Cómo se desarrollan estas relaciones en la edad adulta intermedia?

### Matrimonio

En la actualidad, el matrimonio en la edad adulta intermedia es muy diferente de lo que era antes. Cuando las expectativas de vida eran menores, las parejas que permanecían juntas durante 25, 30 o 40 años eran pocas. El patrón más común era que los matrimonios terminaban por la muerte de uno de los cónyuges y el sobreviviente volvía a contraer matrimonio. Las personas tenían muchos hijos y esperaban que ellos vivieran en el hogar hasta el matrimonio. Era poco habitual que esposo y esposa de edad adulta intermedia permanecieran juntos solos. En la actualidad, muchos matrimonios terminan en divorcio pero, con frecuencia, las parejas que permanecen juntas pueden esperar con ilusión 20 o más años de vida matrimonial después que el último hijo abandona el hogar.

¿Qué sucede con la calidad de un matrimonio de larga duración? En casi todos los estudios, la satisfacción matrimonial sigue una curva en U: parece declinar después de los primeros años de matrimonio y luego, algunas veces en la edad adulta



La graduación de un hijo o de una hija puede ser el comienzo de una nueva vida para un matrimonio de edad adulta intermedia. En general, la satisfacción conyugal mejora cuando los hijos son adultos.



intermedia, aumenta de nuevo hasta la primera parte de la edad adulta tardía (S. A. Anderson, Rusell y Schumm, 1983; Gilford, 1984; Glenn, 1991; Gruber y Schaie, 1986; Hiedemann, Suhomlinova y O'Rand, 1998; Lavee, Sharlin y Katz, 1996; Orbuch, House, Mero y Webster, 1996).

Aunque el patrón en U está bien oficializado, se ha criticado la investigación por la metodología empleada. Muchos de los primeros estudios abordaron sólo la satisfacción del esposo o la esposa, no la de ambos. Así mismo, muchos de esos estudios son transversales: muestran diferencias entre parejas de diferentes cohortes en vez de mostrar cambios en las *mismas* parejas, y se centran en la edad, mas no en la duración del matrimonio; además, los reportes de satisfacción marital creciente en la última etapa de la vida pueden reflejar en parte el hecho de que las muestras de personas mayores no incluyen parejas que se hayan divorciado antes (Blieszner, 1986; Lavee *et al.*, 1996).

Un análisis de los datos de dos encuestas de individuos que vivían sus primeros matrimonios, llevada a cabo en 1986 y 1987-1988 (Orbuch *et al.*, 1996), sólo buscaba indagar cuándo ocurría la caída y el ascenso de la satisfacción, y por qué. Las muestras eran transversales por necesidad (no había datos longitudinales comparables que cubrieran la duración de la edad adulta), pero eran amplias (un total de 8,929), y una era representativa del país. Se incluían mujeres y hombres, y la medición de la satisfacción marital se hacía con referencia a la duración del matrimonio. Para evitar cualquier sesgo de los datos debido a la terminación de matrimonios no satisfactorios, las técnicas estadísticas simulaban la inclusión de tales parejas, atribuyéndoles baja calidad matrimonial.

El cuadro que surgió es una clara afirmación del patrón en U. Durante los primeros 20 a 24 años de matrimonio, cuanto más tiempo permanecía casada una pareja, menos satisfecha tendía a estar. Luego la asociación entre satisfacción matrimonial y duración del matrimonio empieza a volverse positiva. Después de 35 a 44 años de matrimonio, las parejas tendían a estar aún más satisfechas que durante los primeros cuatro años.

Los años de declinación matrimonial son aquellos en que las responsabilidades maternas y paternas tienden a ser mayores (Orbuch *et al.*, 1996). Dos importantes factores de las exigencias que recaen en los padres son las finanzas familiares y el número de hijos que todavía permanece en el hogar. La presión generada por los bajos ingresos y muchas personas por alimentar deterioran la relación, en especial si las cargas no se comparten igualmente (Lavee *et al.*, 1996).

### Considere lo siguiente...

- ¿Cuántas parejas felizmente casadas durante mucho tiempo conocen usted? ¿La calidad de sus relaciones características de estos matrimonios son semejantes con matrimonios de menor duración?



La curva en U generalmente alcanza el mínimo durante la edad adulta intermedia, cuando muchas parejas tienen hijos adolescentes y se hallan bastante involucradas en sus carreras. La satisfacción generalmente alcanza el máximo cuando los hijos han crecido, pues muchas personas están jubiladas o a punto de jubilarse y la acumulación de activos de toda la vida ayuda a sobrellevar las preocupaciones financieras (Orbuch *et al.*, 1996).

Cómo le irá a un matrimonio en la edad adulta intermedia podrá depender bastante de la calidad mostrada hasta entonces. Entre 300 parejas que habían estado felizmente casadas durante por lo menos 15 años, hombres y mujeres tenían una actitud positiva hacia el cónyuge como amigo y como persona, se comprometían con el matrimonio y creían en su carácter sagrado, y estaban de acuerdo en propósitos y objetivos. Las parejas felizmente casadas dedicaban mucho tiempo a estar juntos y compartían muchas actividades (Lauer y Lauer, 1985).

## Divorcio en la edad adulta intermedia

La mayoría de los divorcios ocurren durante los 10 primeros años de matrimonio (Clarke, 1995). En consecuencia, para las personas que como Madeleine Albright se divorcian en la edad adulta intermedia –cuando quizá pueden haber supuesto que sus vidas estaban consolidadas–, el rompimiento puede ser traumático. Esto puede ser cierto en especial para las mujeres, a quienes el divorcio a cualquier edad las afecta más negativamente que a los hombres (Marks y Lambert, 1998).

El sentimiento de frustración puede estar disminuyendo a medida que el divorcio en la edad adulta intermedia se torna bastante común (Marks y Lambert, 1998; Norton y Moorman, 1987). Aunque las tasas de divorcio en general llegaron al máximo en 1979-1980, continuaron incrementándose para matrimonios de mucho tiempo (National Center for Health Statistics [NCHS], 1992). Parece que este cambio se debe mucho a la independencia económica de las mujeres. Sin embargo, la condición socioeconómica y la época oportuna de partida de los hijos afectan la situación, como lo reveló un estudio longitudinal de 20 años de 2,484 madres en sus primeros matrimonios, tomadas de una muestra nacional de mujeres que tenían entre 30 y 44 años cuando comenzó el estudio (Hiedemann *et al.*, 1998).

Los investigadores sugieren que los matrimonios de mucho tiempo tienen menos probabilidad de romperse que los más recientes porque cuando las parejas permanecen juntas amasan un **capital matrimonial**, beneficios financieros y emocionales del matrimonio difíciles de abandonar (Becker, 1991; Jones, Tepperman y Wilson, 1995). La educación superior disminuye el riesgo de separación o divorcio después de la primera década de matrimonio quizás porque tienden a tener más capital matrimonial acumulado y tendrían más que perder en el divorcio que las parejas con menor grado de educación (Hiedemann *et al.*, 1998). Para las mujeres con menor grado de educación y menos capital matrimonial acumulado, la independencia financiera puede ser un acicate más para el divorcio (Hiedemann *et al.*, 1998).

Los efectos del **nido vacío**, transición que ocurre después de que los hijos más jóvenes abandonan el hogar, dependen de la calidad y duración del matrimonio. En un buen matrimonio, la partida de los hijos adultos puede convertirse en una segunda luna de miel (Robinson y Blanton, 1993). En un matrimonio tormentoso, si una pareja permaneció junta por los hijos, quizá ahora no haya razón para prolongar el vínculo. Cuanto menos tiempo haya estado casada una pareja, mayor es el riesgo de rompimiento. Un matrimonio de 30 años puede permitir a la pareja acumular más capital matrimonial protector que un matrimonio de 20 años, además de la inversión en los hijos (Hiedemann *et al.*, 1998).

Se prevé que continúen creciendo las tasas de divorcio de los *baby boomers*, que ahora tienen 50 años, muchos de los cuales contrajeron matrimonio tardíamente y han tenido menos hijos que las generaciones anteriores (Hiedemann *et al.*, 1998; Uhlenberg, Cooney y Boyd, 1990). Incluso en los matrimonios de larga duración, el



### capital matrimonial

Beneficios financieros y emocionales acumulados en un matrimonio de larga duración, que tiende a mantener junta una pareja.

### nido vacío

Fase de transición de la crianza que sigue al momento en que los hijos abandonan el hogar de los padres.

número creciente de años que la persona espera vivir en buena salud después de la crianza de los hijos puede convertir en una opción práctica y atractiva la disolución de un matrimonio marginal y el proyecto de uno nuevo (Hiedemann *et al.*, 1998).

Además, en la actualidad el divorcio quizá sea *menos* amenaza para el bienestar en la edad adulta intermedia que en la edad adulta temprana. Esta conclusión surge de un estudio longitudinal de cinco años que comparó las reacciones de 6,948 adultos jóvenes y de edad adulta intermedia tomados de una muestra nacional (Marks y Lambert, 1998). Los investigadores utilizaron la medida de bienestar psicológico de seis dimensiones de Ryff, así como otros criterios. En casi todos los aspectos, las personas de edad adulta intermedia mostraron más adaptabilidad que las personas jóvenes frente a la separación o el divorcio, a pesar de estar más limitados para proyectar un nuevo matrimonio. Su mayor madurez y experiencia para manejar problemas de la vida quizás les hayan dado ventaja para enfrentar la pérdida del cónyuge. Las mujeres de edad adulta intermedia que experimentaban esa situación informaron mejores relaciones sociales y mayor dominio personal que las mujeres jóvenes, así como menos depresión y hostilidad. Después de permanecer separadas o divorciadas durante cinco años, también tenían mayor sentido de autonomía. Los hombres de edad adulta intermedia que enfrentaron la terminación del matrimonio mostraron mayor autoaceptación que los hombres más jóvenes. Aquellos que permanecieron separados o divorciados durante cinco años informaron menos depresión y hostilidad, pero también menos crecimiento personal (Marks y Lambert, 1998).

## Relaciones gay y lesbianas

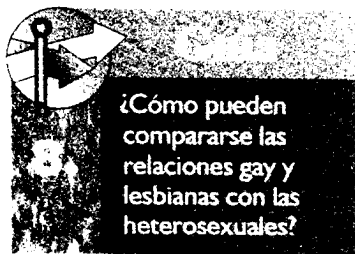
Los gays y las lesbianas que ahora están en la edad adulta intermedia crecieron en una época cuando la homosexualidad era considerada una enfermedad mental y los homosexuales tendían a ser aislados no sólo de la comunidad en general, sino entre ellos. Hoy esta generación pionera está comenzando a explorar las oportunidades inherentes al crecimiento de la aceptación de la homosexualidad como estilo de vida.

Puesto que muchos homosexuales todavía no "salen del clóset" hasta bien entrada la edad adulta, la ocurrencia oportuna de este evento crucial puede afectar otros aspectos del desarrollo. Los gays y las lesbianas de mayor edad pueden unirse abiertamente por primera vez y establecer relaciones. Muchos enfrentan todavía conflictos con los pares y otros miembros de la familia (en ocasiones los cónyuges) u ocultan su homosexualidad.

Debido al misterio y al estigma que han rodeado la homosexualidad, los estudios sobre gays y lesbianas tienden a presentar problemas de muestreo. La poca investigación que existe sobre hombres homosexuales se ha concentrado más en hombres blancos urbanos cuyos ingresos y educación están por encima del promedio. No obstante, en una encuesta de 1985 de la American Broadcasting Company y el *Washington Post*, un desproporcionado número de hombres autoidentificados como homosexuales y bisexuales eran afroamericanos e hispanoamericanos de bajos ingresos, y más de la mitad vivían en pueblos pequeños. Además, 42% vivía en matrimonios heterosexuales y, en consecuencia, eran reconocidos con facilidad.

Las lesbianas estudiadas hasta ahora también tienden a ser en su mayoría blancas, profesionales y de clase media o de clase alta. Cierta investigación reveló que más de 25% de lesbianas de edad adulta intermedia vivían solas aun cuando mantenían relaciones íntimas (Bradford y Ryan, 1991). En parte, esto quizá se debe a un efecto de cohorte. Las lesbianas que crecieron en los años de 1950 pueden sentirse incómodas por vivir abiertamente con una compañera, como lo hacen ahora muchas lesbianas más jóvenes.

A menos que se indique lo contrario, este análisis se basa en Kimmel y Sang, 1995.



Con frecuencia, los hombres homosexuales que no descubren su situación hasta la edad adulta intermedia experimentan una prolongada búsqueda de la identidad, marcada por la culpa, el misterio, el matrimonio heterosexual y las relaciones conflictivas con ambos sexos. En contraste, aquellos que enfrentan su orientación sexual muy temprano en la vida derriban barreras raciales, socioeconómicas y de edad en la comunidad gay. Algunos se mudan a ciudades que tienen grandes comunidades gay donde pueden buscar y establecer relaciones con más facilidad.

Los principios aplicados con el fin de mantener un matrimonio heterosexual también se aplican para mantener parejas gay y lesbianas. Las relaciones gay y lesbianas tienden a ser más fuertes si son conocidas por la familia y los amigos, y si la pareja busca ambientes homosexuales de apoyo (Haas y Stafford, 1998). Con frecuencia es difícil revelar la situación a los padres, aunque no necesariamente tenga un impacto adverso en la relación de la pareja (LaSala, 1998). La calidad de la relación tiende a ser mejor cuando la familia y los amigos la apoyan y validan (R. B. Smith y Brown, 1997).

Las parejas gay y lesbianas tienden a ser más igualitarias que las parejas heterosexuales (véase capítulo 14) pero, como en muchas de estas parejas, puede ser difícil armonizar los compromisos con las carreras y la relación. Por ejemplo, ¿qué sucede si uno de los miembros de la pareja tiene la oportunidad de avanzar en su carrera y debe mudarse a otra ciudad? Las parejas gay no experimentan dificultades si uno de los miembros está menos orientado hacia la carrera que el otro, pero las parejas en que ambos compañeros están centrados en la relación tienden a ser más felices.

## Amistades

Existe poca investigación sobre la amistad en la edad adulta intermedia. Muchas personas de edad adulta intermedia tienen poco tiempo y energía para dedicar a los amigos, comparadas con las personas más jóvenes; además, están ocupadas con la familia y el trabajo, y con los temas de la seguridad para la jubilación. No obstante, la amistad persiste y, como en el caso de Madeleine Albright, son una fuente de apoyo y bienestar emocional. Muchas de estas amistades giran en torno al trabajo y los hijos (Baruch, Barnett y Rivers, 1983; Hartup y Stevens, 1999; House, Landis y Umberson, 1988). Muchos de los amigos de la edad adulta intermedia son viejos amigos. En la consecución de nuevas amistades, la edad influye menos que factores como duración de matrimonio, edad de los hijos y la ocupación (Troll, 1975).

La calidad de la amistad durante la edad adulta intermedia compensa la cantidad de tiempo dedicado. Los adultos recurren a los amigos para buscar apoyo emocional, guía, alivio, compañía y conversación, en especial durante crisis como el divorcio o un problema con un padre anciano (Antonucci y Akiyama, 1997; Hartup y Stevens, 1999; Sutor y Pillemer, 1993). Los conflictos con los amigos, centrados en diferencias de valores, creencias y estilos de vida, pueden "expresarse libremente" aunque se mantengan la dignidad y el respeto mutuos (Hartup y Stevens, 1999).

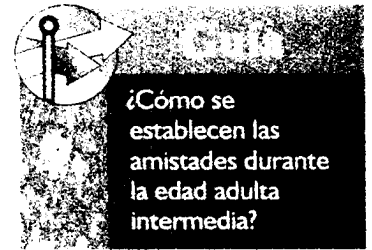
Como en las primeras épocas de la vida, las mujeres tienden a tener pocos amigos íntimos, pero más que los hombres. Sin embargo, es habitual que ambos sexos tengan dos amigos cercanos en sus caravanas sociales (Antonucci y Akiyama, 1997). La importancia de la amistad puede variar de vez en cuando. En un estudio longitudinal de 155 hombres y mujeres, en su mayoría blancos de clase media y clase baja, los amigos eran más importantes para el bienestar de las mujeres al comienzo de la edad adulta intermedia y más importantes para el bienestar de los hombres hacia el final de la edad adulta intermedia (Paul, 1997).

Las amistades tienen especial importancia para los homosexuales. Las lesbianas tienen más probabilidad de obtener apoyo emocional de amigas homosexuales, amantes e incluso de las ex amantes que de los parientes. Los hombres homosexuales también confían en las redes de amistad, las cuales crean y mantienen. Las redes de amistad proporcionan solidaridad y contacto con personas más jóvenes, que los heterosexuales de edad adulta intermedia normalmente obtienen de la familia. La pérdida de amigos por el flagelo del sida ha sido traumática para muchos hombres homosexuales (Kimmel y Sang, 1995).

## EVALUACIÓN

¿Puede usted...


- ✓ describir la curva en U de la satisfacción matrimonial y enumerar factores que puedan ayudar a explicarla?
- ✓ dar razones de la tendencia al divorcio que ocurre temprano en un matrimonio, y enumerar factores que puedan incrementar el riesgo de divorcio en la edad adulta intermedia?
- ✓ comparar la formación y el mantenimiento de relaciones homosexuales y heterosexuales?



## EVALUACIÓN

¿Puede usted...

- ✓ analizar la cantidad, la calidad y la importancia de las amistades en la edad adulta intermedia?



¿Cómo cambian las relaciones entre padres e hijos a medida que éstos se aproximan y llegan a la edad adulta?

La paternidad es un proceso de maduración paulatina que generalmente alcanza el punto máximo durante la edad adulta intermedia de los padres. Es cierto que en la actualidad, debido a las tendencias hacia la postergación del matrimonio y la paternidad, un número creciente de personas de edad adulta intermedia se ve enfrentado a tareas como la búsqueda de un buen programa de kinder o de cuidados diarios o a la selección de los programas de dibujos animados los sábados por la mañana. Sin embargo, al comenzar la edad adulta intermedia, la mayoría de los padres debe enfrentar diversos conflictos con los hijos que pronto dejarán el nido. En general, los vínculos padre-hijo pierden importancia cuando los hijos llegan a la edad adulta, aunque normalmente perduran mientras vivan el padre y el hijo.

### Hijos adolescentes: problemas para los padres

Es irónico que, con frecuencia, personas situadas en dos épocas de la vida popularmente asociadas a crisis emocionales (adolescencia y edad adulta intermedia) vivan en la misma casa: adultos de edad adulta intermedia y sus hijos adolescentes. Los padres tienen que lidiar diariamente sus propias preocupaciones y a los jóvenes, que experimentan grandes cambios físicos, emocionales y sociales.

Aunque la investigación contradice al estereotipo de ver la adolescencia como época de agitación y rebeldía inevitables (remítase al capítulo 12), el proceso de maduración del joven exige cierto rechazo de la autoridad paterna. Una importante tarea de los padres es aceptar a los hijos como son, no como los padres quieren que sean.

Los teóricos de diversos enfoques han descrito este periodo como de cuestionamiento, reevaluación o de menor bienestar para los padres. No obstante, esto tampoco es inevitable, según lo mostró una encuesta a 129 familias biparentales intactas, en su mayoría blancas y de diversos contextos socioeconómicos, las cuales tenían un primogénito o primogénita de entre 10 y 15 años. Las más vulnerables fueron las madres que no tenían un trabajo pago. En apariencia, el trabajo puede reforzar la autovalía de los padres a pesar de los retos de tener un hijo adolescente. Para otros padres, en especial hombres empleados públicos y profesionales que tienen hijos varones, la adolescencia de los hijos les trajo más satisfacción, bienestar e incluso orgullo. Para la mayoría de los padres, los cambios normativos de la adolescencia provocan una mezcla de emociones positivas y negativas. Esto se cumplió aun más en las madres que tenían hijas entrando a la adolescencia, cuyas relaciones generalmente tendían a ser estrechas pero conflictivas (Silverberg, 1996).

### Cuando los hijos abandonan el hogar: el nido vacío

La investigación también pone en duda las ideas populares acerca del nido vacío, una transición supuestamente difícil, en especial para las mujeres. Aunque algunas mujeres bastante comprometidas con la maternidad tienen problemas en esta época, están muy superadas en número por aquellas que, como Madeleine Albright, encuentran liberación en la partida (Antonucci y Akiyama, 1997; Barnett, 1985; Chiriboga, 1997; Helson, 1997; Mitchell y Helson, 1990). En la actualidad, llenar de nuevo el nido con los hijos crecidos que retornan al hogar (analizado en la siguiente sección) es mucho más estresante (Thomas, 1997).

El nido vacío no es una señal del final de la paternidad, sino una transición hacia una nueva etapa: la relación entre padres e hijos adultos. Para muchas mujeres, esta transición significa un alivio a lo que Gutmann llamó "emergencia crónica de la paternidad" (Cooper y Gutmann, 1987, p. 347), pues ahora pueden dedicarse a cuidar sus propios intereses mientras se complacen con los logros de los hijos crecidos. Parece que el nido vacío es una situación difícil para las mujeres que no se preparan para afrontarla mediante la reorganización de sus vidas (Targ, 1979). Esta fase también puede ser difícil para los padres que lamentan no haber dedicado más tiempo a sus hijos (L. B. Rubin, 1979).

### EVALUACIÓN

¿Puede usted...

- ✓ explicar por qué y en qué circunstancias los padres de hijos adolescentes tienden a ir hacia un proceso de reevaluación o disminución del bienestar?
- ✓ explicar cómo responden hombres y mujeres a la situación del nido vacío?

En cierto estudio longitudinal de empleadas casadas que desempeñan múltiples papeles, el nido vacío *no* tuvo efecto en la salud psicológica, aunque la reducción de tiempo laboral *aumentó* la tensión, mientras el trabajo de tiempo completo la *disminuyó* (Wethington y Kessler, 1989). Por otra parte, comparando el estrés en varias etapas de la vida, los hombres que afrontaban la situación de nido vacío tenían más probabilidad de reportar estrés relacionado con la salud (Chiriboga, 1997).

## Retorno de los hijos: síndrome de la puerta giratoria o de regreso al hogar<sup>1</sup>

¿Qué sucede si el nido no está vacío cuando normalmente debe estarlo o se vuelve a llenar de repente? En las últimas décadas, cada vez más hijos adultos han pospuesto la salida del hogar. Además, el **síndrome de regreso al hogar** por las dificultades (algunas veces denominado *fenómeno húmerán*) se ha vuelto muy común a medida que un número creciente de adultos jóvenes, en especial hombres, retornan al hogar de sus padres, algunas veces más de una vez. El hogar de la familia puede ser un puerto de apoyo al que se puede llegar mientras los adultos jóvenes se recuperan o recobran el equilibrio en épocas de dificultad financiera, matrimonial o de otro tipo.

Según la National Survey of Families and Households, 45% de los padres de entre 45 y 54 años que tienen hijos mayores de 18 años en cualquier momento tienen un adulto que vive en el hogar; y 3 de cada 4 de entre 19 y 34 años han vivido en el hogar paterno después de los 19 años (en 4 de cada 10 casos, más de una vez). Así, esta experiencia "no normativa" está convirtiéndose en normativa, en especial para los padres que tienen más de un hijo. En vez de ser un adiós repentino, la transición del nido vacío puede verse como un proceso más prolongado de separación, que con frecuencia dura varios años.

El resultado de esta transición en los padres está "fuertemente relacionado con el avance de los hijos en su camino a la edad adulta" (Aquilino, 1996, pp. 435-436). Es probable que la mayoría de los hijos que regresan al hogar sean solteros, divorciados o separados, y los que finalizan una relación de cohabitación. Abandonar la escuela y terminar el servicio militar incrementan la oportunidad de retornar al hogar; el tener un hijo la reduce.

El síndrome de regreso al hogar, que se ha vuelto muy común, frustra muchas de las expectativas de los padres frente a los adultos jóvenes. A medida que los hijos pasan de la adolescencia a la edad adulta temprana, los padres esperan que se independicen, pues su autonomía es señal de éxito paterno. Como lo predeciría el modelo de ocurrencia oportuna de eventos, el retorno no esperado al nido puede originar tensiones. Los conflictos graves o la hostilidad abierta surgen cuando un hijo adulto joven está desempleado y depende financieramente de los padres o ha regresado después de un fracaso matrimonial. Las relaciones son más tranquilas cuando los padres ven que el hijo adulto busca la autonomía; por ejemplo, cuando se matricula en la universidad.

Los desacuerdos pueden centrarse en las responsabilidades del hogar y el estilo de vida del hijo adulto. Es probable que el adulto joven se sienta aislado de los pares, mientras que los padres pueden verlo como un estorbo para renovar su intimidad, explorar sus intereses personales o resolver asuntos matrimoniales (Aquilino y Supple, 1991). El retorno de un hijo adulto funciona mejor cuando los padres y el hijo negocian los papeles y las responsabilidades, reconociendo la condición adulta del hijo y el derecho de los padres a la privacidad.

## Crianza de hijos adultos

Elliott Roosevelt, hijo del presidente Franklin Delano Roosevelt, acostumbraba contar esta historia de su madre, Eleanor Roosevelt: durante una cena, Eleanor, que

### **síndrome de regreso al hogar**

Tendencia de los adultos jóvenes a regresar al hogar de sus padres mientras se recuperan, o en épocas de dificultades financieras, matrimoniales o de otra índole.

### *Considere lo siguiente...*

- ¿Cree usted que para un hijo adulto es buena idea vivir con los padres? Si es así, ¿en qué circunstancias? ¿Qué "reglas de la casa" cree que deben aplicarse?

<sup>1</sup> A menos que se indique lo contrario, este análisis se basa en Aquilino (1996).

estaba sentada junto a él, se inclinó y le susurró algo al oído. Después, un amigo preguntó a Elliott, con 40 años a la sazón, qué le había dicho su madre. "Me dijo que comiera los guisantes".

Aún después de que terminen los años de crianza activa y los hijos hayan dejado el hogar, los buenos padres continúan siendo padres. En la edad adulta intermedia, el papel de padre de jóvenes adultos descubre nuevos aspectos y reclama nuevas actitudes y comportamientos de ambas generaciones. Algunos padres no pueden tratar a sus hijos como adultos, y muchos adultos jóvenes se niegan a aceptar que sus padres continúen preocupándose por ellos.

No obstante, los adultos jóvenes y sus padres generalmente disfrutan la compañía del otro y se llevan bien. Los jóvenes recién casados (en especial las mujeres) tienden a mantener vínculos estrechos con sus padres, que con frecuencia les ayudan con dinero, en el cuidado de los hijos y a organizar sus primeros hogares. Los padres y los hijos adultos se visitan con frecuencia, y las parejas jóvenes invierten mucho tiempo conversando con sus padres y acerca de ellos. Por lo común, los padres dan a sus hijos más de lo que obtienen de ellos (Troll, 1989). Su apoyo continuo probablemente refleja la fortaleza relativa de las personas de edad adulta intermedia y las necesidades continuadas de los jóvenes adultos cuando establecen una familia y terminan una carrera (Pearlin, 1980).

La mayoría de los padres de hijos mayores están satisfechos con su papel de crianza y con el cambio de sus hijos (Umberson, 1992). Los padres que creen que la evolución de los hijos ha sido buena tienden a sentirse bien consigo mismos. En cierto estudio, los investigadores preguntaron a 215 madres y padres (promedio de edad cerca de 54 años) sobre los logros de sus hijos mayores y el ajuste personal y social. Los padres que creían que sus hijos eran exitosos y, especialmente, estaban bien adaptados, obtuvieron puntajes más elevados en todas las dimensiones de bienestar (excepto autonomía) que quienes no lo creían así. Así mismo, tenían menos probabilidad de deprimirse. No obstante, se comprobó con sorpresa que el bienestar *era menor* cuando los padres creían que sus hijos habían llegado a ser mejores que ellos mismos. En tales casos, el éxito de los hijos puede ser un recuerdo agrí dulce de los desacuerdos y reclamos de los padres (Ryff, Lee, Essex y Schmutte, 1994).

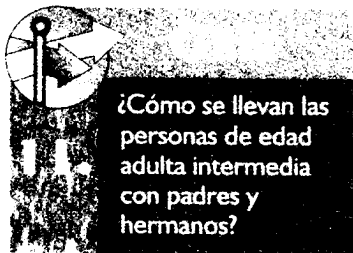
## EVALUACIÓN



¿Puede usted...

- ✓ dar razones de por qué ocurre el síndrome de regreso al hogar, y analizar las reacciones de los padres frente a éste?
- ✓ describir las características típicas de las relaciones entre padres e hijos adultos?

## Otros vínculos de parentesco



¿Cómo se llevan las personas de edad adulta intermedia con padres y hermanos?

Excepto en épocas de necesidad, los vínculos con la familia de origen (padres y hermanos) pierden importancia durante la edad adulta temprana, cuando predominan el trabajo, los cónyuges o los compañeros y los hijos. En la edad adulta intermedia, estos primeros vínculos de parentesco pueden reafirmarse de manera distinta a medida que la responsabilidad de cuidar y apoyar padres ancianos empieza a cambiar a los hijos de edad adulta intermedia. Además, en esta época de la vida, comienza una nueva relación y un nuevo papel: la calidad de abuelo.

### Relaciones con padres ancianos

El vínculo entre hijos de edad adulta intermedia y padres ancianos es fuerte; nace de los primeros vínculos y continúan mientras vivan ambas generaciones (Cicirelli, 1980, 1989b; Rossi y Rossi, 1990). Siete de cada diez personas que entran en la edad adulta intermedia tienen los dos padres vivos y cuando salen de ella, ninguno de los dos vive (Bumpass y Aquilino, 1993). Estos años traen cambios drásticos en las relaciones filiales, aunque graduales. Muchas personas de edad adulta intermedia ven a sus padres con más objetividad que antes, y descubren que son individuos que tienen fortalezas y debilidades. Durante estos años ocurren otros cambios: cierto día, el hijo mira a la madre o al padre y ve una persona anciana, y ese descubrimiento puede causarle tensión (Troll y Fingerman, 1996).

## Contacto y ayuda mutuos

La mayoría de las personas de edad adulta intermedia y sus padres mantienen relaciones estrechas basadas en el contacto frecuente y la ayuda mutua (Antonucci y Akiyama, 1997). Muchos viven cerca y se ven por lo menos una vez a la semana (American Association of Retired Persons [AARP], 1995; Lin y Rogerson, 1995; Umberson, 1992). En especial, es muy probable que madres e hijas permanezcan en contacto cercano (G. R. Lee, Dwyer y Coward, 1993; Troll, 1986).

Muchos adultos ancianos asumen de nuevo un papel de crianza muy activo cuando un hijo necesita ayuda (Aldous, 1987). Cuando los padres necesitan ayuda, los hijos son las primeras personas a quien recurren y los que probablemente más les ayuden (Field y Minkler, 1988).

Aunque la mayoría de los adultos ancianos tienen buena condición física y son vigorosos e independientes, algunos buscan la ayuda de sus hijos para tomar decisiones y pueden depender de ellos para las tareas diarias y la ayuda financiera. La mayoría de las personas de edad adulta intermedia son conscientes de las obligaciones con sus padres y con frecuencia esperan más de los padres que éstos de ellos. Entre 144 parejas de padre-hijo, ambas generaciones dieron alta calificación a las mismas tres responsabilidades filiales: ayudar a los padres a comprender sus recursos, proporcionar apoyo emocional y conversar sobre asuntos de importancia. Ambas generaciones dieron menos valor al ajuste de los horarios familiares o de trabajo para ayudar a los padres. Los hijos sintieron que debían dar más dinero a los padres, pero la mayoría de los padres no. Más hijos que padres consideraron importante tener un cuarto para el padre en sus hogares en caso de emergencia, cuidar a los padres cuando estén enfermos y sacrificar la libertad personal (Hamon y Blieszner, 1990).

## Cuidador de padres ancianos

La necesidad de cuidar a los padres ancianos es un fenómeno relativamente reciente. En 1900, una pareja de edad adulta intermedia tenía 10% de oportunidad de tener por lo menos los dos padres vivos; para 1976, la probabilidad aumentó a 47%



En la edad adulta intermedia, muchas personas pueden ver a sus padres con objetividad, sin idealizarlos ni exagerar sus limitaciones. Esta hija de edad madura, que pone gotas en los ojos de su madre, sabe que ésta ya no tiene la misma fortaleza y que comienza a necesitar su ayuda. Habitualmente madres e hijas permanecen más unidas que cualquier otra combinación de miembros de la familia.

### madurez filial

Etapa de la vida propuesta por Marcoen y otros, en la cual los hijos de edad adulta intermedia, como resultado de una crisis filial, aprenden a aceptar y satisfacer las necesidades de los padres que dependen de ellos.

### crisis filial

En la terminología de Marcoen, desarrollo normativo de la edad adulta intermedia, en el que los adultos aprenden a armonizar amor y deber a sus padres con autonomía en una relación recíproca.

### índice de apoyo al padre

En una población dada, número de personas de 85 años o más por cada 100 personas de entre 50 y 64 años que pueden necesitar cuidados y apoyo.

(Cutler y Devling, 1996). Al prolongarse el tiempo de vida, algunos partidarios de la teoría del desarrollo han propuesto una etapa de vida denominada **madurez filial**, cuando los hijos de edad adulta intermedia "aprenden a aceptar y satisfacer las necesidades de dependencia de sus padres" (Marcoen, 1995, p. 125). Este desarrollo normativo es el resultado saludable de una **crisis filial** en que los adultos aprenden a armonizar amor y deber a sus padres con autonomía en una relación recíproca.

Sólo 1 de cada 5 personas ancianas que necesitan cuidados ingresan a instituciones (Center on Elderly People Living Alone, 1995b). Dado el alto costo de las enfermeras particulares y la negativa de muchas personas ancianas a ingresar y permanecer en instituciones, muchos ancianos dependientes reciben cuidados en su propio hogar o en el del cuidador. Las hijas de edad adulta intermedia son las que más probabilidades tienen de tomar bajo su responsabilidad a madres ancianas y enfermas (Mathews, 1995; Troll, 1986). Con frecuencia, las necesidades surgen cuando una madre enviuda o cuando una mujer divorciada años antes ya no puede valerse por sí misma. Los hijos mayores o aquellos que viven cerca de ella tienen más probabilidad de convertirse en cuidadores (Marks, 1996).

Es más probable que una hija asuma el papel de cuidadora debido a supuestos culturales que señalan que las funciones de cuidadores deben desempeñarlas las mujeres (Mathews, 1995). También quizá por la naturaleza íntima del contacto y la fortaleza del vínculo madre-hija, las madres pueden preferir los cuidados de sus hijas (Lee *et al.*, 1993). Los hijos contribuyen mucho más de lo que se les reconoce con frecuencia, pero es menos probable que proporcionen cuidados personales primarios (Marks, 1996; Matthews, 1995).

La oportunidad de convertirse en cuidador es mayor que antes, y se incrementa durante la edad adulta intermedia. La longevidad implica más riesgos de padecer enfermedades crónicas y discapacidades; las familias son más pequeñas que en el pasado, y tienen pocos hermanos para compartir el cuidado de los padres. El **índice de apoyo al padre**—número de personas de 85 o más años por cada 100 personas entre 50 y 64 años— se triplicó (pasó de 3 a 10) entre 1950 y 1993; para 2053 puede ser el triple (U. S. Bureau of the Census, 1995). En el mundo, el apoyo a los ancianos será 50% mayor en 2025 que en 1998 (U. S. Bureau of the Census, 1999b).

Así mismo, es más difícil que asuman el papel de cuidadoras en una época en que muchas más mujeres trabajan fuera del hogar (Marks, 1996). Casi una tercera parte de los cuidadores también tienen trabajos pagos, y más de una cuarta parte ha tenido que dejarlos para cumplir las obligaciones de cuidar a sus padres (Noelker y Whitlatch, 1995). Los horarios flexibles de trabajo pueden ayudar a aliviar este problema. La ley norteamericana de permiso familiar y médico, promulgada en 1993, garantiza a quienes cuidan a familiares algunos permisos no remunerados; algunas grandes corporaciones proporcionan tiempo al cuidador (el cuidado a largo plazo se analiza más adelante en el capítulo 18).

### Tensiones producidas por cuidar a los demás: la generación sándwich

Las generaciones se llevan mejor mientras los padres son saludables y vigorosos. Cuando las personas ancianas se enferman, en especial si experimentan deterioro mental o cambios en la personalidad, los esfuerzos necesarios para cuidarlos pueden producir deterioro en la relación (Cicirelli, 1983; Marcoen, 1995). Es difícil cuidar a una persona que tiene impedimentos físicos, pero puede ser aún más difícil cuidar a alguien que experimenta demencia y que además de ser incapaz de realizar las funciones básicas de la vida diaria, puede ser incontinente, suspicaz, inquieto, ver alucinaciones, deambular por las noches, ser peligroso para sí mismo y los demás o que tenga necesidad de supervisión constante (Biegel, 1995). Muchos cuidadores creen que la tarea es una carga física, emocional y financiera, en especial si trabajan tiempo completo, están criando niños, carecen de ayuda o tienen recursos financieros limitados (Lund, 1993a).

### Considere lo siguiente...

- ¿Qué haría si uno de sus padres o ambos requiriera cuidados a largo plazo? ¿Hasta qué grado deben los hijos u otros parientes ser responsables de tales cuidados? ¿Hasta qué punto, y de qué manera, debe ayudar la sociedad?



La tensión proviene no sólo del cuidado en sí mismo sino de la interferencia con otros aspectos de la vida del cuidador. A menudo, la necesidad de cuidar a los padres ancianos sobreviene cuando las personas de edad adulta intermedia están tratando de alejarse de sus propios hijos o, si se postergó la paternidad, criándolos. Los miembros de esta "generación de en medio", algunas veces llamada **generación sándwich**, están atrapados en sus limitados recursos de tiempo, dinero y energía. También se presentan conflictos entre los deberes de cuidador y los intereses, las actividades sociales o los planes de viaje personales (Mui, 1992). Los cuidados de una persona pueden traer tensiones a un matrimonio o incluso conducir al divorcio (Lund, 1993a). Estas tensiones pueden contribuir al **agotamiento del cuidador** (cansancio físico, mental y emocional que afecta a muchos adultos que cuidan parientes ancianos) (Barnhart, 1992).

Para muchos adultos, las necesidades de los padres que envejecen parecen representar exigencias no normativas y no previstas. Los adultos esperan asumir el cuidado físico, financiero y emocional de sus hijos, pero la mayoría *no* espera que después tendrá que cuidar a los padres. Cuando la dependencia de los padres es incuestionable, muchos hijos adultos la encuentran difícil de sobrellevar (Barnhart, 1992).

Si la decisión eventual es llevar al padre a un asilo, como ocurre en 1 de cada 4 casos, el papel y el estrés del cuidador pueden disminuir pero no terminar puesto que ahora es necesario encontrar una buena institución, trabajar para financiarla, tratar con la persona, seguir los cuidados, enfrentar la ansiedad, la culpa u otra consecuencia emocional que acarree la decisión (Noelker y Whitlatch, 1995).

No obstante, 95% de cuidadores aceptan su responsabilidad filial, y no abandonan a sus padres (Noelker y Whitlatch, 1995). Los cuidados pueden ser una oportunidad de crecimiento si el cuidador siente solidaridad profunda con el padre y la familia, ve los cuidados como un desafío y tiene recursos personales, familiares y comunitarios adecuados para enfrentarlo (Bengtson, Rosenthal y Burton, 1996; Biegel, 1995; Lund, 1993a) (la sección 16-2 analiza las fuentes de ayuda para evitar el agotamiento del cuidador).

### **generación sándwich**

Adultos de edad adulta intermedia abrumados por las necesidades de criar o colaborar con sus hijos y cuidar a los padres ancianos.

### **agotamiento del cuidador**

Cansancio físico, mental y emocional que afecta a los adultos que cuidan a personas ancianas.

## **EVALUACIÓN**

*¿Puede usted...*

- ✓ describir el cambio producido en el equilibrio de las relaciones entre hijos de edad adulta intermedia y padres ancianos, y cómo tienden a considerar ambas partes este cambio?
- ✓ citar varias fuentes de tensión en los cuidadores de padres ancianos, y describir programas diseñados para aliviarlas?
- ✓ analizar la naturaleza e importancia de las relaciones fraternales en la edad adulta intermedia, comparadas con otras etapas de la vida?



## **Hablemos** en términos prácticos

### **Sección 16-2**

#### Prevención del agotamiento del cuidador

Aún los más pacientes y amorosos cuidadores pueden sentirse frustrados, ansiosos o resentidos por la constante tensión derivada de satisfacer las necesidades aparentemente interminables de una persona anciana. Casi una tercera parte de los cuidadores realiza sus actividades sin ayuda de nadie (Biegel, 1995). Algunas veces las tensiones creadas por las fuertes e incesantes exigencias son tan grandes que pueden conducir al maltrato, al descuido e incluso al abandono de la persona anciana dependiente (véase capítulo 18).

Con frecuencia, las familias y los amigos no reconocen que los cuidadores tienden a sentirse desanimados, frustrados y engañados. Los cuidadores necesitan hacer su propia vida, independiente de la discapacidad o enfermedad del ser amado (J. Evans, 1994).

Los programas de ayuda comunitaria pueden reducir las tensiones y el cansancio de los cuidadores, prevenir

el agotamiento y posponer la necesidad de enviar a una institución a la persona dependiente. Los servicios de apoyo pueden incluir comidas y limpieza del hogar, transporte y acompañante, y centros de atención diaria para el adulto que realizan actividades supervisadas y proporcionan atención mientras los cuidadores trabajan o cubren necesidades personales. El servicio de atención temporal (cuidados sustitutos supervisados por enfermeras ambulantes o ayudantes) proporciona cuidados regulares por algún tiempo: horas, un día, un fin de semana o una semana. La admisión temporal a un asilo es otra alternativa.

Aunque se duda de su efectividad, algunas investigaciones indican que tales programas mejoran la moral de los cuidadores y reducen el estrés (Gallagher-Thompson, 1995). En cierto estudio longitudinal, los cuidadores que contaban con apoyo adecuado de la comunidad informaron muchos aspectos de crecimiento personal: algu-



nos sentían más empatía y eran más cariñosos, comprensivos, pacientes y compasivos con la persona que estaban cuidando, y apreciaban más su buena salud. Otros se sintieron mejor por haber cumplido sus responsabilidades. Algunos habían "aprendido a valorar más la vida y a tomar las cosas con calma", y unos cuantos habían aprendido a "sacarle partido a las situaciones y los eventos" (Lund, 1993a).

El entrenamiento comportamental y la psicoterapia pueden ayudar a los cuidadores a tratar pacientes de comportamiento difícil y su propia tendencia hacia la depresión (Gallagher-Thompson, 1995). Un programa de comportamiento en la Universidad de Chicago tuvo éxito considerable al lograr que los pacientes se responsabilizaran de algunos de sus propios cuidados y fueran más sociables y menos agresivos verbalmente. Los cuidadores aprendieron técnicas como el contrato de contingencia ("si usted hace esto, la consecuencia será..."), modelamiento de comportamientos deseados, pruebas y retroalimentación (Gallagher-Thompson, 1995).

A través de la consejería, el apoyo y los grupos de autoayuda, los cuidadores pueden compartir problemas, obtener información acerca de los recursos de la comunidad y mejorar sus habilidades. Uno de tales programas ayudaba a las hijas a reconocer los límites de la capacidad para satisfacer las necesidades de sus madres y el valor de estimular la autoconfianza en ellas. Esta comprensión alivió la carga de las hijas y mejoró su relación con las madres; como resultado, las madres se sintieron menos solitarias (Scharlach, 1987).

Una "declaración de derechos del cuidador" (Home, 1985) puede ayudar a los cuidadores a mantener una perspectiva positiva y recodarles que sus necesidades también cuentan.

### Declaración de derechos del cuidador

Tengo derecho a:

- cuidar de mí mismo. Éste no es un acto de egoísmo, pues me dará la capacidad para cuidar mejor a mis parientes.
- buscar ayuda de otros aun cuando mis parientes puedan objetarlo. Simplemente reconozco los límites de mi propia resistencia y fortaleza.
- dedicarme a los aspectos de mi vida ajenos a la labor que realizo, como lo harían él o ella si estuvieran sanos. Sé que hago todo lo que razonablemente puedo hacer por esa persona, y tengo derecho a cuidar mis propios asuntos.
- enojarme, deprimirme y expresar mis resentimientos al otro ocasionalmente.
- rechazar cualquier intento (consciente o inconsciente) de mis parientes por manipularme a través del sentimiento de culpa, el enojo o la depresión.
- recibir buen trato, afecto, indulgencia y aceptación por cumplir con mis seres queridos, y a dar esto mismo a cambio.
- estar orgulloso de lo que hago y aplaudir el estímulo que algunas veces me ha llevado a satisfacer las necesidades de mis parientes.
- proteger mi individualidad y el derecho a llevar mi propia vida, que me sostendrá cuando mis parientes ya no necesiten ayuda todo el tiempo.
- esperar y exigir que se realicen esfuerzos para buscar recursos que ayuden física y mentalmente a las personas ancianas y discapacitadas de nuestro país, así como a proteger y apoyar a los cuidadores.
- añadir mi propia declaración de derechos a esta lista y leerla todos los días.

### Relaciones con los hermanos

Las relaciones con los hermanos son las más duraderas en la mayor parte de la vida de las personas. Cerca de 85% de estadounidenses de edad adulta intermedia, como Madeleine Albright, tienen hermanos vivos y la mayoría permanece en contacto con ellos, en especial las hermanas, que se mantienen listas para ayudarse entre sí (Cicirelli, 1980, 1995; H. G. Ross, Dalton y Milgram, 1980; Scott y Roberto, 1981).

En algunos estudios transversales, las relaciones con los hermanos durante la vida parecen tomar la forma de un reloj de arena en que el mayor contacto se produce en los extremos, niñez y edad adulta intermedia hasta la vejez, y el menor contacto durante los años de crianza. Después de terminar el estudio de la carrera y formar una familia, los hermanos pueden renovar sus vínculos (Bedford, 1995; Cicirelli, 1995).

Otros estudios indican una reducción de la frecuencia del contacto en la edad adulta. Sin importar con qué frecuencia se vean los hermanos o conversen entre sí, sus relaciones permanecen muy cercanas o más cercanas que nunca (Cicirelli, 1995). En cierto estudio retrospectivo, adultos de entre 35 y 65 años calificaron la calidad de su relación con los hermanos durante la vida. Para las hermanas, los aspectos positivos de la relación –como confianza y gozo– se incrementaron en la edad adulta; los hermanos informaron que no se habían producido cambios. Tanto hermanos como hermanas informaron que aspectos negativos, como la competencia, se redujeron continuamente desde la adolescencia hasta la vejez (Cicirelli, 1994, 1995).

Los eventos de la vida pueden tener influencia negativa o positiva en las relaciones entre hermanos. El matrimonio acerca a muchos hermanos, mientras otros se alejan (Cicirelli, 1995). La llegada de hijos puede estrechar el vínculo fraterno lo mismo que eventos tristes como el divorcio, la viudez y la muerte de un miembro de la familia (Connidis, 1992).

Las relaciones con los hermanos son importantes para el bienestar psicológico en la edad adulta intermedia, aunque su importancia relativa frente a otras relaciones como las amistades, pueden aumentar y decaer en algunas épocas. Las relaciones con los hermanos parecen servir a propósitos diferentes para hombres y mujeres. Para éstas, los sentimientos positivos hacia los hermanos están ligados a un autoconcepto favorable; para los hombres, a la moral alta. Cuanto más contacto tengan hombres y mujeres con sus hermanos, menos probabilidad tendrán de mostrar síntomas de problemas psicológicos (Paul, 1997).

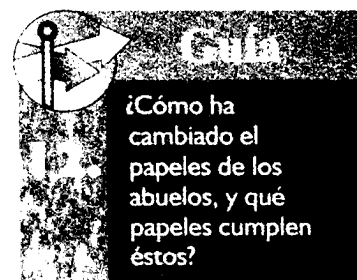
El cuidado de padres ancianos acerca a muchos hermanos, pero causa resentimientos entre otros (Bedford, 1995; Bengtson *et al.*, 1996). La calidad de una relación fraternal durante los primeros años (cooperativa o conflictiva) puede afectar la manera como los hermanos adultos manejan sus asuntos (Bedford, 1995). Los desacuerdos pueden surgir por tener que compartir el cuidado (Lerner, Somers, Reid, Chiriboga y Tierney, 1991; Strawbridge y Wallhagen, 1991) o por la herencia, en especial si la relación fraternal no ha sido buena. Entre 95 hijas casadas que cuidan a padres que padecen demencia, los hermanos eran una buena fuente de apoyo, pero también la más importante fuente de estrés interpersonal (Suitor y Pillemer, 1993).

## Calidad de abuelo

En algunas comunidades africanas, los abuelos son llamados “nobles”. En Japón, las abuelas visten tradicionalmente de rojo como señal de su condición (Kornhaber, 1986). En las sociedades occidentales, ser abuelo es un acontecimiento importante en la vida de una persona, aunque la época y el significado varían.

En los Estados Unidos, es habitual que los adultos sean abuelos a los 40 o 50 años, antes de finalizar la crianza activa. Ante la prolongación de la vida en la actualidad, muchos adultos dedican varias décadas a ser abuelos. Puesto que las mujeres tienden a vivir más que los hombres (véase capítulo 17), es característico que las abuelas vivan para ver, por lo menos, que el mayor de los nietos se convierta en adulto y para ser bisabuelas (Szinovacz, 1998).

En la actualidad, ser abuelo es diferente de haberlo sido en el pasado. El abuelo corriente tiene 5 o 6 nietos, frente a 12 y 15 que tenían los abuelos de principios de siglo (Szinovacz, 1998; Uhlenberg, 1988). Al elevarse la incidencia del divorcio en la edad adulta intermedia, más abuelos se divorcian o contraen nuevo matrimonio, y muchos hijos tienen abuelastros. Es más probable que las abuelas de los niños menores ingresen a la fuerza laboral (y en consecuencia que tengan menos tiempo disponible para ayudarles). Por otra parte, las tendencias hacia la jubilación temprana permiten que muchos abuelos dediquen más tiempo a los nietos mayores. Como muchos de los abuelos todavía tienen padres vivos, deben alternar su cuidado con las necesidades de los nietos. Un creciente número de abuelos asume la responsabilidad principal de los nietos (Szinovacz, 1998).





En China, abuelos como este visten tradicionalmente para mostrar su afectuosa condición. El ser abuelo también es un aspecto importante en las sociedades occidentales.

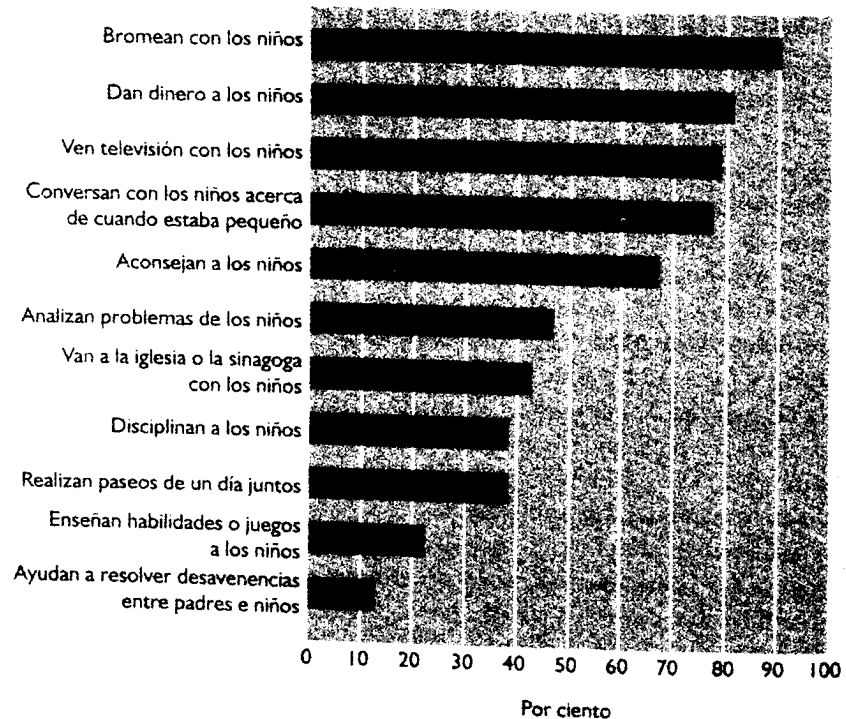
## El papel de abuelo

En muchas sociedades tradicionales, como las de América Latina y Asia, los hogares de familias numerosas son comunes (remítase al capítulo 1); y los abuelos desempeñan un papel integral en la crianza del niño y las decisiones familiares. En los Estados Unidos, la familia numerosa es importante en los afroamericanos, los hispanos y algunas otras comunidades minoritarias. Sin embargo, el patrón de hogar dominante es la familia nuclear. Cuando los hijos crecen es característico que dejen el hogar y se establezcan en familias nucleares nuevas y autónomas en los lugares adonde sus inclinaciones y aspiraciones los llevan. En consecuencia, no es sorprendente que, según un estudio de 300 nietos entre 5 y 18 años y 300 abuelos, sólo 15% de los niños de Estados Unidos tengan una "relación vital" con uno o más abuelos (Kornhaber, 1986; Kornhaber y Woodward, 1981).

Otra investigación sitúa la condición de abuelo en la actualidad en una perspectiva más positiva. Un estudio importante con una muestra nacional de tres generaciones descubrió que "los abuelos desempeñan un papel limitado pero importante en la dinámica familiar", y muchos tienen fuertes vínculos emocionales con sus nietos (Cherlin y Furstenberg, 1986a, p. 26) (la figura 16-1 muestra las actividades más frecuentes de la pareja abuelo-

nieto). Según una encuesta, casi 1 de cada 3 abuelos proporciona cuidados ocasionales o supervisión al nieto y cerca de 1 de cada 10 lo hace durante 20 o más horas semanales (Bass y Caro, 1996).

### Considere lo siguiente...



**Figura 16-1**

Qué hacen los abuelos con sus nietos. Proporción de abuelos en una muestra nacional que se habían comprometido en varias actividades con sus nietos en los últimos 12 meses.

Fuente: Cherlin y Furstenberg, 1986b, p. 74.

## Género y diferencias étnicas

Hombres y mujeres tienden a mostrar expectativas diferentes frente al hecho de ser abuelo, según entrevistas realizadas a 152 personas de entre 40 y 73 años antes del nacimiento de su primer nieto (Somary y Strickler, 1998). Las mujeres esperaban obtener más satisfacción de su condición de abuelas y esperaban que el nuevo bebé desempeñara un papel importante en sus vidas. Los hombres esperaban sentirse más a gusto diciendo a los nuevos padres lo que pensaban e involucrándose más en los consejos y los cuidados del niño.

¿Qué tanto se cumplen esas expectativas? Bastante bien en algunos aspectos, según cuestionario respondido por 103 de los participantes, un año o dos después del nacimiento. Las abuelas estaban más satisfechas con su papel que los abuelos, aunque no le dedicaban más tiempo que éstos. Como se esperaba, los abuelos tendían a ofrecer consejo más abiertamente a los padres, mientras las abuelas se rehusaban a dar consejos para evitar tensiones. Tanto abuelos como abuelas, en especial los maternos, lograron más satisfacción de la esperada y se involucraron más en el cuidado; los abuelos tenían la misma probabilidad de las abuelas de ver al nieto como un papel central en sus vidas.

Otros estudios han descubierto que las abuelas tienden a tener relaciones más cálidas y estrechas con sus nietos que los abuelos, y sirven con más frecuencia como padres sustitutos. Los padres de la madre tienen más probabilidad de estar más cerca de los hijos que los padres del padre, y es más probable que se involucren más durante una crisis (Cherlin y Furstenberg, 1986a, 1986b; Hagestad, 1978, 1982; B. Kahana y Kahana, 1970). Sin embargo, esto quizá se deba a que los abuelos maternos tienden a vivir más cerca (Somary y Strickler, 1998).

Los abuelos afroamericanos tienen más probabilidad que los abuelos blancos de involucrarse en la crianza de los nietos (Cherlin y Furstenberg, 1986a, 1986b; Strom, Collinsworth, Strom, y Griswold, 1992-1993). Cierta estudio reveló que 2 de cada 3 madres adolescentes recurrieron a sus madres como cuidadores principales. Otro estudio indicó que 3 de cada 4 hijos de madres adolescentes vivían en el hogar de la abuela durante sus primeros tres años (Bengtson *et al.*, 1996). La calidad de abuelo puede ser más importante para los hombres negros que para los blancos (Kivett, 1991).

## Calidad de abuelo después del divorcio y nuevo matrimonio

Uno de los resultados del aumento de divorcios y nuevos matrimonios es el creciente número de abuelos y nietos cuyas relaciones están en peligro o severamente amenazadas. Otro resultado es la aparición de muchos abuelastros.

Después del divorcio, puesto que la madre habitualmente obtiene la custodia, sus padres tienden a presentar más contactos y a establecer relaciones más estrechas con sus nietos, mientras que los abuelos paternos se mantienen más alejados (Cherlin y Furstenberg, 1986b; Myers y Perrin, 1993). Es característico que cuando una madre divorciada contrae nuevo matrimonio, se reduce la necesidad de apoyo de sus padres, pero no el contacto de éstos con los nietos. Para los abuelos paternos, el nuevo matrimonio incrementa la probabilidad de que sean desplazados o que la familia se mude, lo cual dificulta más el contacto (Cherlin y Furstenberg, 1986 b).

Debido a que los vínculos con los abuelos son importantes para el desarrollo de los niños, todos los estados de la Unión otorgaron a los abuelos (y en algunos estados a los bisabuelos, hermanos y otros parientes) el derecho a visitarlos después del divorcio, o de la muerte de alguno de los padres, si un juez dictamina que va en beneficio del niño. Sin embargo, unos pocos tribunales estatales han derogado tales leyes y algunas legislaturas han restringido los derechos de visita de los abuelos. En junio de 2000 la Corte Suprema invalidó la ley de "derechos de los abuelos" del estado de Washington porque consideró que existía intrusión demasiado amplia en los derechos paternos (Greenhouse, 2000).

## EVALUACIÓN

¿Puede usted...

- ✓ explicar cómo ha cambiado la calidad de abuelo en las generaciones recientes?
- ✓ describir el papel que los abuelos juegan en la vida familiar, y señalar diferencias relacionadas con el género y los factores étnicos?
- ✓ explicar cómo puede influir el nuevo matrimonio de los padres en las relaciones de los abuelos con los nietos?

A menudo, el nuevo matrimonio de uno de los padres trae un nuevo conjunto de abuelos a la familia, y también nietos. Los abuelastros pueden encontrar difícil establecer relaciones con sus nuevos nietastros, en especial con los niños mayores y aquellos que no viven con el hijo adulto del abuelo (Cherlin y Furstenberg, 1986b; Longino y Earle, 1996; Myers y Perrin, 1993). Temas como los regalos de cumpleaños y Navidad para un medio hermano o hermanastro de un nieto "real" o cuáles abuelos serán visitados o incluidos en las vacaciones pueden generar tensión. Crear nuevas tradiciones familiares, incluir *todos* los nietos, niestastros y otros en los viajes, salidas y otras actividades, ofrecer abrigo seguro a los nietos cuando están tristes o enfadados y ser comprensivo y brindar apoyo a todos los miembros de la nueva familia recompuesta son maneras como los abuelastros pueden tender puentes en vez de levantar muros (T. S. Kauffman, 1993; Visher y Visher, 1991).

### Crianza de nietos

Un creciente número de abuelos sirve de "padres por defecto" a niños cuyos padres no pueden cuidarlos; en muchos casos, debido al embarazo en la adolescencia o el abuso de fármacos (Casper y Bryson, 1998; Chalfie, 1994; Minkler y Roe, 1996). En 1997, casi 7% de los hogares que tenían hijos menores de 18 años eran sostenidos por abuelos (19% de incremento desde 1990), y en casi una tercera parte de estos hogares los padres no estaban presentes. Éste constituye el tipo de hogar más frecuente (Casper y Bryson, 1998). En algunas áreas urbanas de bajos ingresos se estima que 30 a 50% de los **niños** están **a cargo de parientes** o viven en hogares de los abuelos u otros parientes sin sus padres (Minkler y Roe, 1996).

La paternidad sustituta no planeada puede ser una carga física, emocional y financiera para las personas de edad adulta intermedia o los ancianos, que quizá tengan que abandonar sus trabajos, postergar sus planes de jubilación, reducir drásticamente sus actividades de tiempo libre y la vida social y poner en peligro su salud (Burton, 1992; Chalfie, 1994; Minkler y Roe, 1992, 1996). La mayoría de los abuelos no tienen tanta energía, paciencia ni el vigor de antes, y quizá no puedan hacerse cargo de ellos permanentemente (Crowley, 1993). Muchas de estas familias atraviesan grandes dificultades financieras (Casper y Bryson, 1998).

La mayoría de los abuelos se hace cargo de criar a sus nietos porque los aman y no desean que vayan a un hogar donde los críen extraños. Un estudio reveló que dos terceras partes de los abuelos custodios informaron que encontraban más sentido a la vida (Jendrek, 1994). Sin embargo, la diferencia de edad entre el abuelo y el nieto puede ser una barrera, y ambas generaciones pueden sentirse defraudadas de sus papeles. Al mismo tiempo, los abuelos tienen que enfrentar no sólo el sentimiento de culpa porque los hijos adultos que criaron han fracasado en la crianza de sus propios hijos, sino también el resentimiento hacia sus hijos adultos. Para algunas parejas de cuidadores, esta actividad produce tensión en su propia relación. Si más tarde uno o ambos padres reasumen sus papeles normales, devolver al niño puede causar trastorno emocional (Crowley, 1993; Larsen, 1990-1991).

Los abuelos que no son padres adoptivos ni tienen la custodia de los niños no tienen estatus jurídico ni más derechos que las niñeras que no reciben salario. En la práctica, pueden enfrentar muchos problemas que van desde matricular el niño en la escuela y acceder a los registros académicos hasta obtener seguro médico para el niño. Habitualmente, los nietos no son elegibles para la cobertura del seguro de salud suministrado por el empleador, ni siquiera cuando el abuelo tiene la custodia (Chalfie, 1994; Simon-Rusinowitz, Krach, Marks, Piktialis, y Wilson, 1996). Sin embargo, los niños que viven en hogares cuyas cabezas de familia son los abuelos más pobres pueden ser elegibles para Medicaid (Casper y Bryson, 1998).

Al igual que los padres que trabajan, los abuelos que están en esa misma situación necesitan políticas benévolas en el sitio de trabajo para la crianza del niño, tales como tiempo para cuidar un niño enfermo o asistir a una reunión en la escuela

#### niños a cargo de parientes

Cuidado de niños que viven sin los padres en el hogar de los abuelos u otros parientes, con cambio de custodia legal o sin éste.

#### Considere lo siguiente...

- ¿Vivió siempre con un abuelo? Si fue así, ¿qué ventajas y desventajas experimentó?; si no fue así, ¿qué ventajas y desventajas cree que hubiera podido tener esa situación?

(Simon-Rusinowitz *et al.*, 1996). La ley federal de permiso médico y familiar de 1993 cubre a los abuelos que están criando a los nietos, pero muchos lo ignoran.

Los abuelos pueden ser guías, compañía en los juegos, vínculos con el pasado y símbolos de continuidad familiar. Los abuelos expresan generatividad, anhelo de trascender la muerte dedicando su vida a las vidas de las futuras generaciones. Los hombres y mujeres que no son abuelos pueden suplir las necesidades generativas si son abuelos adoptivos o realizan trabajos de voluntariados en escuelas y hospitales (Porcino, 1983, 1991). Descubriendo maneras de desarrollar la "virtud" del cuidado, los adultos se preparan para ingresar al periodo culminante del desarrollo adulto y descubrir la sabiduría de la vejez.

## EVALUACIÓN

¿Puede usted...

- ✓ analizar los retos involucrados en la crianza de los nietos?

## Resumen

### Una mirada al ciclo vital en la edad adulta intermedia

#### Guía 1. ¿Cómo enfocan los científicos el estudio del desarrollo psicosocial en la edad adulta intermedia?

- Los científicos partidarios del desarrollo ven con objetividad el desarrollo psicosocial de la edad adulta intermedia en términos de trayectoria o camino y, subjetivamente, en términos del sentido que las personas tienen de sí mismas y la manera de construir sus vidas.

### Cambios en la edad adulta intermedia: enfoques teóricos clásicos

#### Guía 2. ¿Qué dicen las teorías clásicas acerca del cambio psicosocial en la edad adulta intermedia?

- Aunque algunos teóricos como Freud, Costa y McCrae sostienen que la esencia de la personalidad está formada para la época de la edad adulta intermedia, existe un consenso creciente de que, en esta edad, el desarrollo muestra tanto cambios como estabilidad.
- Carl Jung sostuvo que, en la edad adulta intermedia, hombres y mujeres experimentan un proceso de **individualización** que les permite expresar aspectos de la personalidad antes reprimidos. Dos tareas necesarias son dejar a un lado la imagen juvenil y reconocer el carácter mortal del ser humano, lo cual indica retrospectión y cuestionamiento, o lo que Neugarten llamó **interioridad**.
- La séptima crisis psicosocial de Erikson es la **generatividad frente a estancamiento**. La **generatividad** puede expresarse a través de la crianza de los padres y la crianza de los abuelos, la enseñanza o la acción de un mentor, la productividad o creatividad y "autogeneración" o autodesarrollo. La "virtud" de este periodo es el cuidado.
- Vaillant y Levinson encuentran cambios importantes durante la edad adulta intermedia en la vida de los hombres. De cierta manera, estos descubrimientos son ecos de las teorías de Jung y Erikson.
- A pesar de la mayor fluidez del ciclo de vida actual, las personas todavía tienden a utilizar el "reloj social" para esperar y evaluar eventos importantes de su vida.

### El yo en la edad adulta intermedia: aspectos y temas

#### Guía 3. ¿Qué aspectos relacionados con el yo están en primer plano durante la edad adulta intermedia?

- Los aspectos y temas psicosociales clave durante esta edad están relacionados con la **crisis de la edad adulta intermedia** o **crisis de los 40**, el desarrollo de la identidad, el bienestar psicológico y la identidad de género.
- La investigación no apoya la existencia de una crisis normativa de la edad adulta intermedia. Es más preciso referirse a una transición que con frecuencia involucra la **revisión en la edad adulta intermedia**.
- Según el modelo de desarrollo de la identidad de Whitbourne, las personas confirman o revisan sus autoconcepciones a través de la **asimilación de la identidad** o **acomodación de la identidad**. El **estilo de identidad** puede predecir la adaptación al comienzo del envejecimiento.
- Según la psicología narrativa, el desarrollo de la identidad es un proceso continuo de construcción de una historia de vida.
- La generatividad se relaciona con el bienestar psicológico en la edad adulta intermedia.
- La investigación basada en el modelo de Ryff ha descubierto que la edad adulta intermedia es generalmente un periodo de salud y bienestar mental positivos.
- Mucha de la investigación señala que, para las mujeres, tener 50 años es estar en la "flor de la vida".

#### Guía 4. ¿En qué se diferencian el desarrollo masculino y el femenino durante la edad adulta intermedia?

- La investigación ha descubierto una creciente "masculinización" de las mujeres y "feminización" de los hombres en la edad adulta intermedia, pero esto puede ser un efecto de cohorte y puede reflejar los tipos de medidas utilizadas. En general, la investigación *no* apoya la **inversión de papeles de género** propuesto por Gutmann.

## Cambios en las relaciones durante la edad adulta intermedia

### Guía 5. ¿Qué papel cumplen las relaciones sociales en la vida de las personas de edad adulta intermedia?

- La importancia variable de las relaciones han sido estudiadas por la **teoría de la caravana social** de Kahn y Antonucci y la **teoría de selectividad socioemocional** de Laura Carstensen. Según estas teorías, el apoyo socioemocional es un elemento importante en la interacción social durante la edad adulta intermedia y después.
- Las relaciones en la edad adulta intermedia son importantes para la salud mental y física, aunque también pueden representar exigencias estresantes.

## Relaciones consensuales

### Guía 6. ¿Son más o menos felices los matrimonios durante los años de la edad adulta intermedia?

- La investigación sobre la calidad del matrimonio indica una caída en la satisfacción matrimonial durante los años de crianza de los hijos, seguida por un mejoramiento de la relación cuando ellos abandonan el hogar.

### Guía 7. ¿Qué tan común es el divorcio en esta época de la vida?

- El divorcio en la edad adulta intermedia es poco frecuente, quizás debido en parte a la acumulación de **capital matrimonial**. Sin embargo, el divorcio en la edad adulta intermedia está incrementándose. La condición socioeconómica, así como la ocurrencia y efectos del **nido vacío**, desempeñan un papel importante.

### Guía 8. ¿Cómo pueden compararse las relaciones gay y lesbianas con las heterosexuales?

- Debido a que muchos homosexuales tardan en reconocer su situación, con frecuencia establecen sus relaciones en la edad adulta intermedia.
- Las parejas gay y lesbianas tienden a ser más igualitarias que las parejas heterosexuales, pero experimentan problemas semejantes para equilibrar sus compromisos familiares y profesionales.

### Guía 9. ¿Cómo se establecen las amistades durante la edad adulta intermedia?

- Las personas de edad madura tienden a dedicar menos tiempo y energía a las amistades que los jóvenes adultos, pero dependen de los amigos para el apoyo emocional y la vida práctica.

## Relaciones con hijos en proceso de llegar a la madurez

### Guía 10. ¿Cómo cambian las relaciones entre padres e hijos a medida que éstos se aproximan y llegan a la edad adulta?

- Los padres de adolescentes tienen que adaptarse a la pérdida de control sobre la vida de sus hijos.
- Con frecuencia, los años siguientes a la partida de los hijos se cuentan entre los más felices. Sin embargo, el "vaciamiento del nido" puede ser estresante para los padres que no se han involucrado en la crianza de los hijos, las madres que no se han preparado para el acontecimiento y para los padres cuyos hijos no son independientes cuando lo esperaban.
- En la actualidad, muchos adultos jóvenes retornan a vivir con sus padres (**síndrome de regreso al hogar** o **de la puerta giratoria**). Esta situación es menos tensa si los padres ven que el hijo adulto busca la autonomía.
- Los padres de edad adulta intermedia tienden a permanecer comprometidos con los hijos adultos y la mayoría se pone feliz cuando los hijos retornan. Los conflictos pueden surgir ante la necesidad de tratar a los hijos crecidos como adultos y la preocupación continua de los padres por ellos.

## Otros vínculos de parentesco

### Guía 11. ¿Cómo se llevan las personas de edad adulta intermedia con padres y hermanos?

- Las relaciones entre personas de edad adulta intermedia y sus padres se caracterizan generalmente por un fuerte vínculo afectivo. Las dos generaciones mantienen contacto frecuente y ofrecen y reciben asistencia.
- A medida que la vida se alarga, cada vez más padres ancianos dependen de sus hijos de edad adulta intermedia. La aceptación de estas necesidades de dependencia es el marco de la **madurez filial** y puede ser el resultado de una **crisis filial**. Las oportunidades de ser el cuidador de un padre anciano se incrementan, en especial para las mujeres, a medida que aumenta el **índice de apoyo al padre** en la sociedad. Cuidar a los padres ancianos puede ser una fuente considerable de estrés para la **generación sándwich**, en parte porque no lo previeron. El apoyo de programas comunitarios puede ayudar a evitar el **agotamiento del cuidador**.
- La mayoría de las personas de edad adulta intermedia permanecen en contacto con los hermanos, y las relaciones fraternales son importantes para el bienestar.

### Guía 12. ¿Cómo ha cambiado el papel de los abuelos, y qué papeles cumplen éstos?

- Aunque en la actualidad la mayoría de los abuelos estadounidenses están menos involucrados en la vida de los nietos que en el pasado, con frecuencia cumplen un papel importante.
- El divorcio y el nuevo matrimonio de un hijo adulto pueden afectar las relaciones abuelo-nieto y crear nuevos papeles de abuelastros.
- Un creciente número de **niños está a cargo de parientes**. Para los abuelos, criar a los nietos puede crear tensiones físicas, emocionales y financieras.



## *Términos clave*

- individualización (596)
- generatividad frente a estancamiento (597)
- generatividad (597)
- interioridad (597)
- crisis de la edad adulta intermedia o crisis de los 40 (600)
- revisión en la edad adulta intermedia (601)
- asimilación de la identidad (602)
- acomodación de la identidad (602)
- estilo de identidad (602)
- inversión de papeles de género (608)
- teoría de la caravana social (610)
- teoría de selectividad socioemocional (610)
- capital matrimonial (613)
- nido vacío (613)
- síndrome de regreso al hogar (617)
- madurez filial (620)
- crisis filial (620)
- índice de apoyo al padre (620)
- generación sándwich (621)
- agotamiento del cuidador (621)
- niños a cargo de parientes (626)